

在 COVID-19 疫情期間懷孕： 何時給您的醫生、助產士或護士打電話

懷孕會帶來很多感受、變化和擔憂。您可能不知道哪些感受或症狀是正常的，哪些不是。本指南可協助您瞭解在懷孕期間和生完孩子後何時應致電您的醫生、助產士或護士。當您打電話給他們時，您需要說出自己的姓名、預產期和末次月經日期。

懷孕期間

如果您有以下任何情況，請立即致電您的醫生、助產士或護士：

- 腹部劇痛或持續的腹部疼痛。
- 突然的、非常嚴重的頭痛，持續時間超過兩個小時。
- 真性宮縮。宮縮感覺就像腹部收緊或痙攣。目前有 2 種類型的宮縮：
 - [Braxton Hicks 宮縮](#)是有時可能會感覺到的假性宮縮。通常持續幾秒鐘，請勿變得更強烈，當你換姿勢時就會消失。
 - [真正的分娩宮縮](#)會變得更強烈、持續更長時間並且更頻繁。即便改變姿勢宮縮也不會消失。
- 您的羊水破裂，或者出血或滴血。
- 任何 COVID-19 [跡象或症狀](#)，例如持續頭痛、呼吸困難、發燒或味覺或嗅覺喪失。



產後

生完孩子後，您的身體可能會發生許多變化，導致您在產後出現嚴重健康問題的風險增加。如果您有下頁表格中的任何體徵或症狀，請立即致電您的醫生、助產士或護士。這類體徵和症狀被稱為「產後警惕症狀」——您可以在下一頁和[本頁](#)閱讀更多相關資訊。



產後警惕症狀

<p>撥打 911，如果您出現</p>	<ul style="list-style-type: none">• 胸痛• 呼吸困難或無法呼吸• 癲癇發作• 傷害自己、寶寶或他人的想法
<p>*請致電您的醫生或助產士，如果您出現</p> <p><small>*如果您無法聯絡到您的醫生或助產士，請撥打 911 或前往急診室。</small></p>	<ul style="list-style-type: none">• 一小時內出血浸透護墊，或血塊大小和雞蛋差不多甚至更大• 妊娠切口或傷口未癒合。• 腿部紅腫，觸摸時疼痛或發熱。• 體溫達到 100 華氏度或更高• 即使服藥後頭痛仍未好轉，或伴隨視力改變的嚴重頭痛• 悲傷或焦慮的感覺持續數週以上或繼續惡化• 任何時候都無法照顧好自己或寶寶的感覺。這些可能是產後抑鬱症或其他疾病的症狀• 任何 COVID-19 跡象或症狀，例如持續頭痛、呼吸短促、發燒或味覺或嗅覺喪失。



本出版物由美國衛生和大眾服務部 (U.S. Department of Health and Human Services, HHS) 衛生資源和服務管理局 (Health Resources and Services Administration, HRSA) 贊助，作為 \$10,361,110.00 獎勵總額的一部分。內容屬於作者觀點，不一定代表 HRSA、HHS 或美國政府的官方觀點或認可。

如果您沒有護理提供者，請於以下網站尋找社區導覽員或聯絡追蹤人員：<https://211.unitedway.org/services/covid19>。
在此處尋找語言翻譯和 TTY 服務：<https://www.nj.gov/humanservices/ddhh/services/caption/>。